



アガペの実

vol. 55

ホームページ

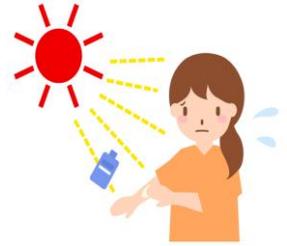
<https://www.agape21.jp>



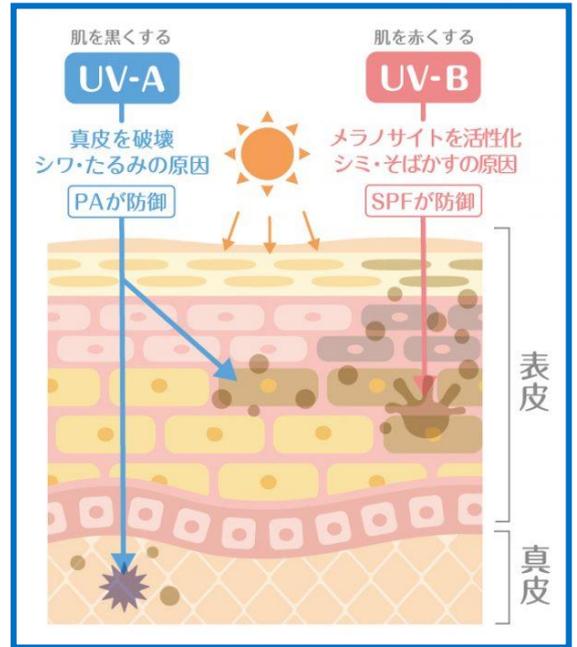
10%割引券
送料・郵送料
キリトリ (1回限り有効)

特集 紫外線

今年ももう5月、日差しが強く、半袖でも大丈夫な季節がやってきました。半袖になるとみなさん紫外線が特に気になると思います、今回は紫外線についてのお話です。

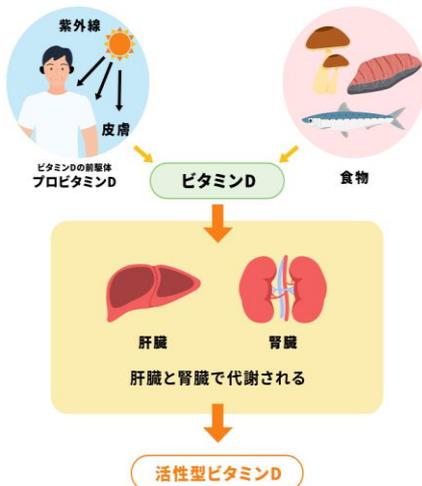


そもそも紫外線とは、太陽から地球に降り注ぐ日光に含まれる成分の中で、最も波長が短いものをいい、目に見えることはありません。紫外線といえば、日焼け！というあまりいいイメージを持ってない方が多いかもしれませんが、実は、体内では骨や歯を形成する重要な役割を持つものなのです。



紫外線 (UV) は波長の長さによって3種類に分かれ、波長の短い順に「UV-C」「UV-B」「UV-A」と呼ばれています。「UV-C」は大気圏 (オゾン層) などにすべて吸収され、地表には届きません。市販されている日焼け止めがよく見かけるPAとは「UV-A」を、SPFとは「UV-B」を防御する効果として表示されます。

紫外線とビタミンの意外な関係



紫外線が人の皮膚にあたることでビタミンDが合成されます。ビタミンDは体内でカルシウムとリンの吸収を促進する効果があるため、骨や歯の形成を手助けする効果がある重要な栄養素になるのです。

体内で必要な量のビタミンDを日光のみで作りに出すためには、日が昇った正午の時間帯の場合、夏場で約15分、冬場で約60分程度の日光浴が必要です。

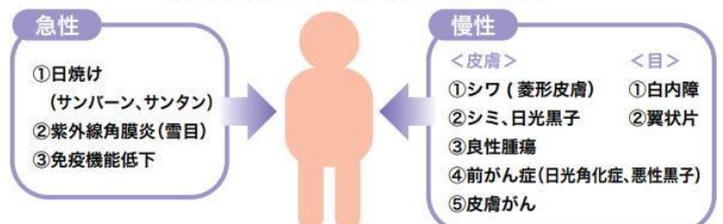
ただし、ビタミンDを作り出すための紫外線は、窓やガラスで簡単に防がれてしまいます。

そのため、窓の閉まった室内の日のあたる場所で日光浴をしたとしても、その状態ではビタミンDを作り出すことはできませんのでご注意ください。

骨や歯を形成するためにも日光浴は必要ですが、一定量以上浴びた場合には日焼けやしわ、シミ、白内障、皮膚がんなどのリスクになることもあります。

紫外線は8月が最も強く、12月が最も弱くなりますが、紫外線が気になる人は、2月から10月くらいまではその対策をすることが望ましいです。うまく紫外線対策をしながら体内で必要なビタミンDを生成するためにも日光浴や散歩などを心掛けていきましょう。

紫外線が関係していると考えられている病気



出典：紫外線環境保健マニュアル(環境省)

2023.7月まで
【くすのぎ・エッセイ・処方せんは無料】
キリトリ (1回限りの有効)

DozoFresh フルーツティー

アイスでも！！ホットでも！！

ソーダで割ってもすごく美味しい！！

アガペおすすめ！！保存料・着色料一切不使用 自然なフルーツの甘みを感じて下さい



砂糖不使用 カロリーゼロ
売価 ¥360+税 (税込み388円)



おくすりの豆知識

～複数の処方せん～

薬剤師が処方せんに基づいて調剤を行うことにかかる「調剤基本料」では、複数の医療機関の処方せんをまとめて同じ薬局にもって行って調剤してもらった場合、2枚目以降の処方せんにかかる調剤基本料が「所定点数の100分の80」になります。

たとえば、AクリニックとBクリニックでそれぞれ薬を処方してもらったときに、Aクリニックの処方せんはAクリニックの近くの薬局でBクリニックの処方せんはBクリニックの近くの薬局で、とばらばらに出すよりも、ひとつの薬局にまとめて出す方が、お会計がお安くなるということです。

店舗紹介

アガペ大佐野薬局



アガペ大佐野薬局は2022年12月太宰府市にオープンした新しい薬局です。
西鉄バス「平田」バス停よりすぐの所にあります。
いろんな医療機関の処方せん受付のほか、ロキソニンSなど第一類医薬品からお菓子までさまざまな商品を置いています。
健康相談やお薬のご相談などもお受けいたしますのでどうぞお気軽にお立ち寄りください。
地域のみなさまのお役に立てるよう努めて参りますのでよろしくお願いたします。



アガペ大佐野薬局の
周辺地図です

〒818-0134
福岡県太宰府市大佐野6-2-1
TEL 092-408-1111 FAX 092-408-1112

